
UITNODIGING

INVITATION



Zaterdag 27 en zondag 28 oktober 2012

VINZWEMMEN

1^{ste} 12 uur van Hasselt

Saturday 27 and Sunday 28 of October 2012

FIN SWIMMING

1st 12 Hours of Hasselt

Samedi 27 et dimanche 28 Octobre 2012

NAGE AVEC PALMES

1^{re} 12 heures de Hasselt

Inrichter
Organiser
Organisateur

Nautilus Hasselt Vinzwemmen
Free Duerinckx
Herkenrodesingel 7D bus 2.2
B - 3500 Hasselt
GSM + 32 486 128 963
e-mail: free.duerinckx@gmail.com

Locatie
Location

De wedstrijd zal doorgaan in het stedelijk zwembad te Hasselt (Elfdelinie straat 11, 3500 Hasselt, België). De wedstrijd gaat door van zaterdag avond tot zondag morgen.

The contest will take place at the communal swimming pool of Hasselt (Elfdelinie straat 11, 3500 Hasselt, Belgium). The contest will take place from Saturday evening until Sunday morning

Le concours aura lieu à la piscine communale de Hasselt (Elfdelinie straat 11, 3500 Hasselt, Belgique) du samedi soir jusqu'à dimanche matin

Regels
Rules
Avertissement

Materiaal:

- zwemvliezen of monovin: verplicht!
 - zwembril: toegelaten
 - snorkel: toegelaten
 - badmuts: toegelaten
 - zwemkledij: standaard zwemkledij verplicht
 - zwempakken: enkel CMAS erkend toegelaten
 - perslucht: niet toegelaten
 - hulpmiddelen (plankjes, peddels): niet toegelaten
-

Als de zwemmer betrapt wordt om het gebruik van materiaal dat niet toegelaten is, zal het aantal lengtes dat hij tot dan toe gezwommen heeft afgetrokken worden van het totaal.

Regels:

- stijl:
 - slag: vrije slag
 - keerpunt: de kant moet met een lichaamsdeel of een vin aangeraakt worden
 - onderwater zwemmen: 12,5m na het keerpunt, start of wissel (oranje lijn in het midden van het bad)
 - insprong van de startblok: niet verplicht
 - wisselen van zwemmer: kant of startblok moet aangeraakt worden tot de eerste zwemmer heeft aangetikt

Per overtreding zal er 25m van het team totaal worden afgetrokken.

- wedstrijd:
 - juist 1 zwemmer aan het zwemmen
 - minimum 100m per beurt, laatste uur 50m
 - maximum 800m per beurt
 - per beurt alle tussen liggende afstanden per 50m toegelaten
 - minimum 400m (totaal) per 3 uur per zwemmer

Afhankelijk van de overtreding zal afstand worden afgetrokken van het team totaal

Bij twijfel: vraag de organisatie om uitleg tijdens het aanmelden. Deelname is op eigen risico!

Material:

- fins or monofin: mandatory!
- swimming goggles: allowed
- snorkel: allowed
- bathing cap: allowed
- swimwear: standard swimwear mandatory
- swimsuits: only those allowed by CMAS
- air bottle: not allowed
- swimming aids (kickboards ...): not allowed

If swimmers are caught during the use of material that isn't allowed then the total distance the swimmer has swum, will be deducted from the teams total.

Rules:

- style:
 - stroke: freestyle
 - turn: a part of the body or the fins must touch the side of the pool
 - under water swimming: 12,5m after start, turn or relay (orange line in the middle of the pool)
 - jump of the starting block: not mandatory
 - relay of a swimmer: the side of the pool or the starting
-

block must be touch until the first swimmers hits the side of the pool

Per violation 25m will be deducted from the team total.

- race:
 - exactly 1 swimmer swimming
 - minimum 100m per turn, last hour 50m
 - maximum 800m per turn
 - per turn all intermediate distances (divisible by 50m) are allowed
 - minimum 400m (total) per 3 hours per swimmer

Depending on the violation will the team total will be reduced.

If rules are unclear, please asking the organization during registration. Participation at own risk!

Matériel:

- bi-palmes ou monopalme: obligatoire!
- lunettes de natation: admis
- tuba: autorisé
- bonnet de bain: autorisé
- maillots de bain: maillots de bain normal obligatoire
- maillots de bain: seuls ceux qui sont autorisés par la CMAS
- bouteille d'air: pas permis
- aides à la natation (planches de natation ...): pas permis

Si les nageurs sont pris lors de l'utilisation d'un matériau qui n'est pas permis, la distance totale que le nageur a nagé, sera déduits au total de équipe.

Règles:

- style:
 - style: surface
 - virage: une partie du corps ou les nageoires doit toucher le bord de la piscine
 - apnee: 12,5 m après le départ, virage ou un relais (ligne orange dans le milieu de la piscine)
 - sauter du bloc de départ: pas obligatoire
 - relais d'un nageur: le côté de la piscine ou sur le bloc de départ doit être tactile jusqu'à ce que le premier nageur frappe le côté de la piscine.

Par violation 25m sera déduit du total de l'équipe.

- course:
 - just 1 nageur qui nage
 - minimum 100m chaque tour, 50m dernière heure
 - 800m maximum chaque tour
 - chaque tour, toutes les distances intermédiaires (divisible par 50 m) sont permis
 - 400m minimum (total) par 3 heures par nageur

En fonction de la violation le totale de l'équipe sera réduite.

Si les règles ne sont pas claires, s'il vous plaît demander l'organisation lors de l'inscription. Participation à ses risques et périls.

Pratisch informatie
Practical information
Informations
pratiques

Ploegruimte: elke ploeg krijgt een ruimte ter beschikking waar zij samen kunnen zitten en gerief kunnen stallen.
Slaapruijnte: zwemmers, helpers of begeleiders die willen rusten of slapen kunnen dit in de sporthal in de kelder. Dit is rustige, koele ruimte in de kelder van het zwembad.
Omkleden: in de kleedkamers van het zwembad.
Waardevolle zaken: in de lockers van de kleedkamers.

Het cafetaria zal geopend zijn tijdens het evenement tussen 18:30 en ongeveer 23:00 uur en terug vanaf ongeveer 7:00.
Alcoholische drank absoluut verboden voor de deelnemers.

De tellers zullen regelmatig afgelost worden en tijd krijgen om te rusten of te slapen. Het werkschema schema voor de tellers zal ter plaatsen uitgedeeld worden.

Team space: a room where the team members can together or store equipment will be assigned to each team.
Sleeping space: swimmers, coaches or helpers who want to rest of sleep can do so in a little, quite and cool gymnasium in the basement of the pool
Dressing rooms: are available in the pool
Valuables: can be stored in the lockers of the dressing rooms.

The cafeteria will be open during the event between 18:30 and about 23:00 and again at approximately 7:00. Alcoholic beverages are strictly forbidden for the participants.

The helpers will be relieved regularly and will get time to rest or sleep. Their working schedule will be presented at registration.

Un espace de l'équipe: une salle où les membres de l'équipe peuvent ensemble ou l'équipement magasin sera attribué à chaque équipe.
Un espace pour dormir: nageurs, entraîneurs ou assistants qui souhaitent se reposer où dormir peut faire dans un calm gymnase dans le sous-sol de la piscine
vestiaires: sont disponibles dans la piscine
Objets de valeur: peuvent être stockés dans les casiers des vestiaires.

La cafétéria sera ouverte de 18h30 jusque à 23h00 et à nouveau environ 7:00. Les boissons alcoolisées sont strictement interdites pour les participants.

Les assistants seront remplacés régulièrement et avoir le temps de se reposer ou dormir. Leur horaire de travail sera présenté lors de l'inscription.

Inschrijvingen
Inscriptions
Registration

Inschrijven is verplicht en moet gebeuren ten laatste een week voor de wedstrijd om 23.00 uur. E-mail ons het inschrijvingsformulier. Vermeld de naam van het team, naam, geslacht en leeftijd van de deelnemers, de namen van de drie helpers en de naam van de ploegverantwoordelijke. De zwemmers dienen in het bezit te zijn van een geldige (CMAS of nationaal erkende) sport licentie en zullen op eigen risico deelnemen aan de wedstrijd. Het inschrijvingsgeld bedraagt € 30 per ploeg als er op voorhand betaald wordt. Bij betaling bij inschrijving wordt € 5 administratiekosten aan gerekend. Het ontbijt is in niet dit bedrag inbegrepen. Een ontbijt kan besteld worden via het inschrijvingsformulier aan € 10 per ontbijt. Let op: het aantal inschrijvingen is beperkt tot 7 ploegen.

Registration is mandatory and must be done at least a week before the competition at 11 PM. Send the inscription form by e-mail. Mention the team name, the names, sex and age of the team swimmers, the names of the three helpers and the name of team coach.

The swimmers must have a valid sport license (CMAS or nationally recognized) and will participate at their own risk. For payment in advance the registration fee will be € 30 per team otherwise € 5 administrative costs will be added. A breakfast is not included in the fee. Breakfasts can be ordered during inscription at € 10 per breakfast
Remark: the number of participating teams is limited till 7 teams.

L'inscription est obligatoire et doit être fait au moins une semaine avant la compétition à 23:00 heures. Envoyer le formulaire d'inscription par e-mail. Mentionnez le nom de l'équipe, les noms, le sexe et l'âge des nageurs de l'équipe, les noms des trois aides et le nom de entraîneur de l'équipe.

Les nageurs doivent avoir une licence sportive valide (CMAS ou reconnu au niveau national) et participeront à leur propre risque. Pour le paiement à l'avance les frais d'inscription sera de € 30 par équipe autrement 5 € des coûts administratifs seront ajoutés. Un petit déjeuner n' est pas inclus dans le prix. Petits déjeuners peuvent être commandés par le formulaire d'inscription.
Remarque: le nombre d'inscriptions est limité à 7 équipes.

19.30 - 6.30

Wedstrijdverloop Course of the competition Cours du competition

18.30-19.00	Aanmelding Registration enregistrement	Aanmeldingen in de inkomhal van het stedelijk zwembad te Hasselt Registration at the lobby communal swimming pool at Hasselt Enregistrement à l'entrée de la piscine communale à Hasselt
19.00		Omkleden en opwarming. Laatste inlichtingen. Get dressed and warming-up. Final information. Habillez-vous et l'échauffement. Informations finale.
19.30	Start Départ	
06.30	Einde End Fin	
07.00	Ontbijt breakfast Petit déjeuner	
08.00	Prijs uitrijking Ceremony Remise des prix	Herinnering voor iedere zwemmer - bekers voor de best teams. Souvenir pour chaque nageur - coupes pour les meilleurs teams Souvenir for each swimmer - cups for the best teams

Info

<http://www.vinzwemmen.be/>

<http://www.hasselt.be/> (also in English - aussi en Français)
